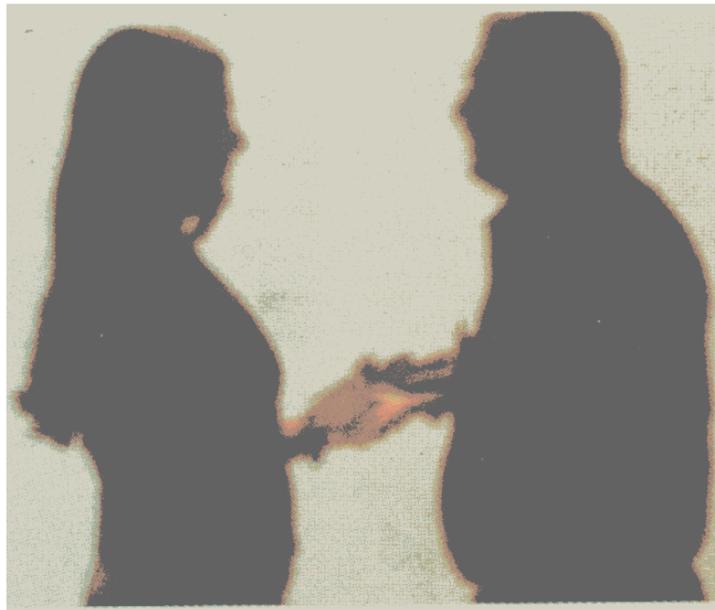


Discusiones de pareja

Callar y aguantar puede ser fatal



Cuando discuta con su pareja hágalo con amor.

EL N°1
GDA Chile

Mientras su pareja lanza gritos al cielo, criticándola y dando golpes a la mesa, ella permanece callada en su asiento, con una actitud tensa, por más que quiere parecer calmada. Y aunque tiene ganas de responderle a él cada ataque, ella prefiere morderse la lengua.

Esta mujer podría morir prematuramente por su silencio, según dos estudios norteamericanos que aseguran que callar ante una discusión es, literalmente, fatal.

La Escuela de Salud Pública y Psicología de Michigan afirma que cuando el miembro de una pareja reprime su indignación ante el ata-

que de su cónyuge, aumenta en el doble las posibilidades de morir.

Por otro lado aquellas mujeres que se reprimen en las discusiones tienen cuatro veces más posibilidades de morir que aquellas que dan la pelea, según el análisis.

Suena contraproducente, pero pareciera que es mejor dar la pelea en vez que reprimirse en las discusiones, con la excusa de querer evitar un problema mayor.

Discutir no es tan malo después de todo, depende de cómo se haga y saber la diferencia entre una discusión y una pelea que genere actitudes agresivas, como aconseja la psicóloga. Además, todos saben que lo mejor viene después con las reconciliaciones.